

## 健康経営®のはじめの一步は「健康宣言」

近年注目されている「健康経営」。ここ数年の間に日本社会は大きなパラダイムシフトが起こり、従業員の皆様の健康管理体制が会社の経営に大きく関係してきています。例えば、

- ・さまざまな感染症の流行によって職場環境や予防接種を受ける際の就業規則等の整備
- ・テレワークの日常化による新たな健康問題（腰痛等）や社内コミュニケーションの見直し
- ・労働者の高齢化に伴う健康状況に応じた業務上の配慮
- ・メンタルヘルス不調者の増加による欠勤、休職者への対応や代替要員の手配 等々。



こうした目まぐるしく変化する会社を取り巻く環境に対して、『健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践すること』が健康経営®です。従業員の健康保持・増進の取組みが、将来的な投資になるという考えです。

（※「健康経営®」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。）

そこで、健康経営を推進するための具体的な行動計画を立てる際にはじめの一步として役立つのが、**健康宣言**です。健康経営に取り組むことを会社の内外に発信（宣言）し、御社の保険者と連携して従業員様とご家族の健康の保持・増進のために企業一丸となって計画的に取り組むことができます。

例えば、協会けんぽの健康宣言事業では、健診を全社員受診・法令遵守の必須項目に加え、食生活の改善・運動機会の増進・受動喫煙対策・感染症予防・長時間労働対策・メンタルヘルス対策への取り組み等の選択項目が用意されています。具体的に示されていますので、自社の現状に合ったアクションを起こしやすいのではないのでしょうか。まずは「健康宣言」をなさって、御社の出来るところから健康経営を始めてみませんか！

<健康宣言をすることで、会社の成長へとつながるたくさんのメリットが期待できます>

**1. 会社を元気にする：** 会社が社員の健康づくりやメンタルヘルス対策を積極的に実施することで、一人一人の行動変容を促し、組織の活性化をもたらす、生産性向上に良い影響を与えます。その結果、人材の定着率向上、労災防止、企業イメージ向上等、様々な効果に寄与するだけでなく、医療費適正化にもつながります。

**2. ステークホルダーから信頼を得る：** 健康経営実施企業となることで、従業員・就職希望者からの安心感、取引先からの信頼、金融機関・投資家からの信用、自治体等からの評価を得られることで、結果的には消費者から選ばれる存在になります。

**3. 健康経営で「働きたい会社」になる：**

健康経営の取り組みを発信することで、より多くの入社志望者が集まり、優秀な人材の確保がスムーズになることも期待できます。

（出典：経済産業省「健康・医療新産業協議会第4回健康投資WG事務局説明資料」より抜粋）

弊社では昨年より**声磨き**を健康経営に取り入れて組織活性化を図る研修事業を始めておりますが、「たかが声」と声磨きの実践が組織にもたらす影響力についてまだまだ理解していただけないのが現状です。こうした中、マナー化した健康経営研修に新しい風を入れたいという埼玉県からのご依頼で、「一步先行く健康経営～声のチカラで会社を元気に！～」と題して埼玉県健康経営セミナーが先日開催されました。多くの県内事業者様にお集まりいただき、声のチカラが会社を元気にするメカニズムを知り、実践事例を見聞きすることで、従業員の心身の健康と組織の活性化に貢献する声磨きに対して理解を深めていただくことができました。

今月からは定期的にこうしたセミナーを自社開催し、皆様に知っていただくことに努めてまいります。実践的かつ即効力のある声磨きを通じて会社の血液であるコミュニケーションが円滑になり、**働きやすい職場**が増えていきますように。何か新しい切り口の取組を探していらっしゃるなら、一度ご参加ください！（詳細は別紙同封）

Q.将来、どのような企業に就職したいか(就活生が3つまで選択)



# 子ども声磨きが今夏各地で開催、二学期が楽しみに！

昨年末から準備を進めてきた子どものための声磨きですが、この夏各地のカルチャースクールや公共施設で子ども声磨き講座が開催され、沢山の皆様達に好評を頂きました。声磨きに参加したことをきっかけに話すことが楽しくなり、2学期から学校で堂々とお話出来るように！各地で行われた子ども声磨き講座の様子をお届け致します。

<子ども声磨きとは>

日本では、「書き方」という授業はありますが、「話し方」という授業はありません。一方、欧米では幼少期から学校教育のカリキュラムに「話し方」の授業が設定され、価値観の違う人達の中で自分の考えをしっかりと述べるスキルが磨かれる環境があります。このコミュニケーションのファーストステップを学ぶカリキュラムとして、弊社では「自己表現・コミュニケーション能力を育む子ども声磨き」の重要性を提唱しています。子ども声磨きを通じて、自信を持って自己表現できる「声」を育てます。

## ▼戸塚児童センター あすばる様（埼玉県川口市）

小学校1年生から中学生まで幅広い年代の約10名のお子様にご参加頂きました。最終日は仕上げとして、「ぼく・わたしの将来の夢」をスピーチするためのワークショップを実施。“どうしてなりたいの？”“そのためにはどんな努力が必要？”など、ロジカルで建設的な発言の数々が素晴らしかった！



## ▼柏の葉カルチャーセンター（千葉）



## ▼よみうりカルチャー川崎（神奈川）



## ▼学童保育向け声磨き（大阪）



<参加者の声（一部）>

みんなの話や意見を聞くことができ楽しかった！／最初は緊張したけど徐々に緊張しなくなり楽しくなってきた！／楽しかったのでお家に帰ってお母さんにも教えてあげたい！／ぷくぷく体操が一番楽しかったので家でママと一緒に体操をしたい。／お顔の体操が一番楽しかった。お家では、弟と一緒に顔ジャンケンをやりたい！などなど。

声を出すことで場の一体感を感じることが出来ますので、最初人見知りしていた子ども達もどんどん前向きに積極的な姿勢に変化していきます。初対面・異年齢でも親しみが湧いてくる、というのは正に『声のチカラ』ですね。『声』ってすごい！と改めて感じたひとときとなりました。幼少期から声磨きをすることで人前で話すことへの劣等感の芽を摘み取りたい、自分の考えを自分の言葉で思い通りに伝えることが出来る大人になって欲しい。子どもの頃から声を磨くことの重要性をさらに日本全国に広げて行きたいと思っております。声のチカラで日本を元気に！



(株)ボイスクリエーションシュクル <https://vcsucre.com>  
 (一社)日本声磨き普及協会 <https://koemigaki.com>



〒330-0062 埼玉県さいたま市浦和区仲町 1-15-1 エスプリ浦和 103

TEL: 048-829-9624 FAX: 048-829-9634

メール: [info@vcsucre.com](mailto:info@vcsucre.com) [info@koemigaki.com](mailto:info@koemigaki.com)